## 24.065 Šalát zo sterilizovanej cvikly
## 100 porcií

| Potravina | Veková skupina | | Veková skupina | | Veková skupina | | Veková skupina | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | A | | B | | C | | D | |
| Hmotnosť v kg, l, ks | | | | | | | | |
| | Hrubá | Čistá | Hrubá | Čistá | Hrubá | Čistá | Hrubá | Čistá |
| cvikla sterilizovaná b. n. | 5,00 | 5,00 | 7,50 | 7,50 | 7,50 | 7,50 | 10,00 | 10,00 |
| hmotnosť porcie v g | 50 | | 75 | | 75 | | 100 | |

## Receptúra

## Výrobný postup

Cviklu vysypeme z pohára, veľké kusy pokrájame a porciujeme.

## Nutričné zloženie 1 porcie

| veková skupina | energetická hodnota | | bielkoviny | tuky | kyselina linolová | sacharidy | vláknina | vápnik | železo | vitamíny | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | | | A | $B_1$ | $B_2$ | C | E |
| | kJ | kcal | g | g | g | g | g | mg | mg | µg | mg | mg | mg | mg |
| **A** | 82 | 20 | 0,42 | 0,2 | 0,0 | 3,9 | 0,3 | 102,3 | 2,3 | 0,02 | 0,1 | 0,2 | 9,3 | 0,0 |
| **B** | 123 | 29 | 0,63 | 0,3 | 0,0 | 5,8 | 0,5 | 153,4 | 3,5 | 0,03 | 0,2 | 0,3 | 13,9 | 0,0 |
| **C** | 123 | 29 | 0,63 | 0,3 | 0,0 | 5,8 | 0,5 | 153,4 | 3,5 | 0,03 | 0,2 | 0,3 | 13,9 | 0,0 |
| **D** | 164 | 39 | 0,84 | 0,3 | 0,0 | 7,7 | 0,7 | 204,6 | 4,7 | 0,04 | 0,2 | 0,4 | 18,6 | 0,0 |